

Los expertos opinan: Marihuana y TDAH

Por el equipo de Understood
<https://www.understood.org/es-mx>

Marihuana y TDAH es un tema que puede ser controversial y confuso para los padres. ¿Puede la marihuana ayudar a los niños con TDAH (también conocido como TDA) o empeora los síntomas? ¿Qué ocurre con los productos relacionados con el cannabis, como el aceite de cannabidiol (CBD)?

Lea lo que dicen tres expertos sobre la marihuana y el TDAH.

¿La marihuana puede ayudar con el TDAH?

Elizabeth Harstad (MD, MPH), pediatra: No existe evidencia de que el uso de la marihuana pueda ayudar con los síntomas del TDAH. De hecho, los estudios demuestran que puede empeorar la función ejecutiva y la memoria funcional. Estas son áreas donde los niños con TDAH tienen dificultades. Ni la marihuana medicinal, ni la que se consigue en la calle, que por lo general es más fuerte y puede contener otros químicos, se deben usar para tratar el TDAH.

También es importante saber que la marihuana puede contrarrestar los beneficios del medicamento para el TDAH. Y los niños que la usan tienen menos probabilidad de seguir tomando su medicación.

Stephanie Sarkis (PhD), consejera de salud mental licenciada y certificada: Los estudios han encontrado que la marihuana disminuye la función ejecutiva cuando se tiene TDAH. Puede causar dificultad para concentrarse. Puede afectar la capacidad para empezar tareas o administrar el tiempo. Incluso su uso a corto plazo tiene este efecto.

Lo que observo es que algunos de mis pacientes adolescentes y adultos con TDAH y ansiedad utilizan la marihuana para reducir su ansiedad. Sin embargo, las evaluaciones indican que el rendimiento de su función ejecutiva también disminuye.

El efecto sobre la ansiedad también es mezclado. Consumir marihuana parece reducir la ansiedad en algunos. Pero en otros puede generar ansiedad, incluyendo la paranoia.

Thomas Brown (PhD), psicólogo clínico: No existe evidencia científica de que los síntomas del TDAH puedan aliviarse con el uso de la marihuana. Y sí existe evidencia de que puede empeorar los síntomas. Esto es particularmente cierto en los adolescentes más jóvenes y si el consumo de marihuana es frecuente. Su uso frecuente también puede llevar a descuidar cosas que son importantes, como por ejemplo el trabajo escolar.

¿Qué es el aceite de cannabidiol, y puede ayudar con el TDAH?

Thomas Brown: Cannabis es la planta de donde proviene la marihuana. Un producto de la misma planta es el aceite de cannabidiol (CBD, por sus siglas en inglés). No contiene THC, que es el químico psicoactivo en la marihuana que lo hace sentir “drogado”. Usar el aceite CBD es diferente a fumar marihuana.

No existe evidencia de que el CBD pueda ayudar con el TDAH. Se está investigando si el CBD puede ayudar a mejorar otros trastornos. Sin embargo, por el momento no hay suficiente evidencia para demostrar que sea efectivo.

Es importante aclarar que el aceite CBD no es lo mismo que el aceite de hachís.

Este último tiene un muy alto contenido de THC y por lo general se calienta para poder ser fumado. El aceite de hachís es extremadamente adictivo y dañino para la salud.

Elizabeth Harstad: No existe evidencia médica sólida que demuestre que el aceite CBD se deba usar para tratar el TDAH, y puede ser dañino.

Stephanie Sarkis: Algunas personas reportan que el CBD parece ayudarlos con su TDAH. Sin embargo, esto parece ser causado, en parte, por el efecto placebo. La mente tiene mucho poder sobre el cuerpo. Si usted piensa que algo puede ayudarlo, es probable que así sea.

Es más o menos como cuando su mamá le frotaba mentol en el pecho cuando tenía un resfriado. No tiene propiedades curativas, pero de seguro lo hacía sentir mejor. Ese es el efecto placebo.

¿Qué debo hacer si sospecho que mi hijo está fumando marihuana?

Thomas Brown: Los padres deben estar conscientes de que la marihuana es usada por un número significativo de estudiantes de escuela media y bachillerato. Así que es recomendable conversar con su hijo al respecto, incluso si es un adolescente joven.

Hable de lo que su hijo escucha sobre la “hierba” y cómo actuar ante cualquier oportunidad para usarla. Explíquele que tener o consumir marihuana es ilegal en menores, ya sea fumada o en “presentación comestible”, incluso en los estados donde es legal para adultos.

Si usted sabe que su hijo está usando marihuana, no lo ignore. Explíquele que puede empeorar los síntomas del TDAH. Háblele sobre cómo la marihuana puede anular los beneficios del medicamento para el TDAH. Converse sobre cómo el uso frecuente puede disminuir la motivación y afectar su desempeño la escuela. Si la conducta persiste, consulte con su pediatra o un profesional de salud mental para obtener ayuda.

Stephanie Sarkis: Si usted sospecha que su hijo está fumando marihuana, es importante preguntarle de manera directa. La comunicación sincera y abierta funciona de maravilla. Encuentre un momento para hablar con su hijo, cuando ninguno esté apurado y estén dispuestos a hablar.

También es importante ser comprensivo. Cuando los jóvenes y los adultos tienen condiciones como el TDAH, la depresión y la ansiedad, pueden buscar la manera de automedicarse. Los adolescentes pueden que usen marihuana con la intención de arreglar lo que sabe que no está funcionando bien.

En mi práctica realizo pruebas de la función ejecutiva a mis pacientes adolescentes y adultos. Cuando ven cuánto disminuye el desempeño de la función ejecutiva al usar marihuana en comparación a antes de consumirla, suelen sorprenderse. Esto ayuda a que entiendan el impacto.

Elizabeth Harstad: La marihuana que usaban las personas hace 10 o 20 años era mucho menos potente que la que se consume actualmente.

Los riesgos son reales. Las personas con TDAH son 2,5 veces más propensas a desarrollar un problema de abuso de sustancias. Puede ser con el alcohol, la marihuana u otra droga. Y es aún más probable si se empieza a consumir marihuana a temprana edad. Es importante intervenir si usted sabe o sospecha que su hijo está consumiendo marihuana.